A DOMA

výroční zpráva 2024

Když se řekne **A DOMA**, mnozí z vás si možná představí střechu nad hlavou. My ale víme, že *být doma* je mnohem víc než jen místo. Je to pocit bezpečí, přijetí a blízkosti. A právě tento pocit se snažíme každý den přinášet našim klientům prostřednictvím osobní asistence a Střediska pro pečující.

Ohlédneme-li se za uplynulým rokem, vidíme nespočet setkání, úsměvů a chvílí, které dokazují, že naše práce má smysl. Klienti nám svěřují své každodenní starosti i radosti – a jejich spokojenost je pro nás největší odměnou.

Velkou zásluhu na tom má náš tým, který je už několik let stabilní a tvoří jej lidé, kteří se stali víc než jen kolegy – jsme jako jedna velká rodina. Díky jejich nasazení, profesionalitě i lidskému přístupu mohou naši klienti cítit jistotu, že v tom nejsou sami. Chtěla bych jim proto z celého srdce poděkovat – vážím si vás, vaše práce je nenahraditelná. Snažíme se vám vytvářet takové podmínky, abyste svou energii mohli věnovat tam, kde je nejvíce potřeba – lidem, kteří vás potřebují.

Zvláštní poděkování patří také všem našim donátorům, partnerům a podporovatelům. Vaše pomoc nám umožňuje dělat naši práci kvalitně a s rozsahem, který by bez vás nebyl možný. Díky vám můžeme poskytovat služby, které mění životy – a to není nadsázka.

A DOMA není jen organizace. Je to společenství lidí, které spojuje odhodlání stát při těch, kdo potřebují podporu. Děkuji, že jste v tom s námi.

Jitka Zachariášová
ředitelka organizace A DOMA z.s.

Osobní asistence



OSOBNÍ ASISTENCE

Službu osobní asistence, dle zákona 108/2006 Sb, o sociálních službách, poskytujeme seniorům, osobám se zdravotním postižením a osobám s chronickým duševním onemocněním, starším 18 let věku.

Službu poskytujeme 24 hodin, 7 dní v týdnu, a to v jejich přirozeném prostředí (nejčastěji domácnostech) na území hl. města Prahy. Ve Střednědobém plánu rozvoje sociálních služeb v Praze máme v síti 34 000 hodin.

Do služby bylo v roce 2024 zapojeno celkem **72 klientů** v celkovém počtu **34 389 hodin osobní asistence**. Na jednoho klienta tak připadá necelých 478 hodin/rok, což je o 30 hodin/rok více než v roce 2023. Další službu i jiných organizací současně (osobní asistence, pečovatelská služba) využívalo 10 klientů.

Bohužel jsme v roce 2024 museli z kapacitních důvodů **odmítnout 132 zájemců o službu.**

Nových klientů bylo celkem: 20 (což je opět méně než v předchozím roce, neb stávající klienti navyšovali počet hodin služby). Z toho 8 klientů nemělo v době podpisu smlouvy přiznáno nebo ani zažádáno o příspěvek na péči. Často proto v rámci základního sociálního poradenství poskytujeme informace o příspěvku na péči a dalších sociálních dávkách.

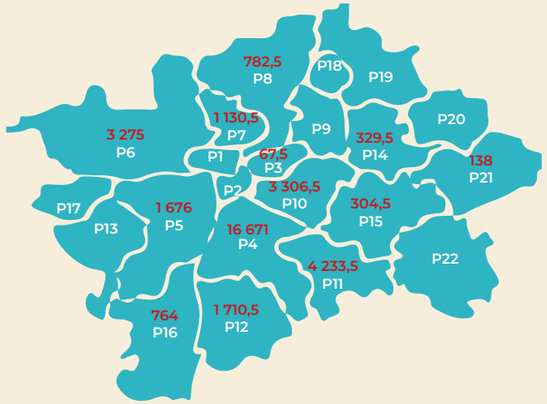
Podle pohlaví	
Ženy	46
Muži	26

Rozdělení dle cílové skupiny	
Senior	11
Osoba s chronickým duševním onemocněním	39
Osoba se zdravotním postižením	22

Počet hodin v roce podle městských částí Prahy

Nejvíce služby osobní asistence byly poskytnuty obyvatelům **MČ Praha 4**.

Největší nárůst hodin oproti minulým letem byl na **Praze 10**.



OSOBNÍ ASISTENCE

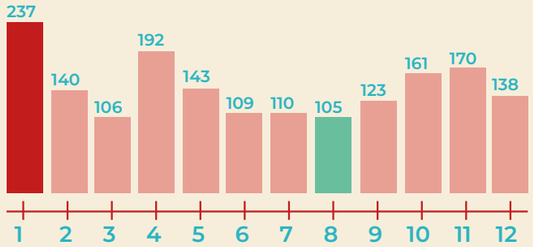
Ukončených péčí celkem: 24 (nejčastější důvody byly: úmrtí – 10 a přijetí do zařízení - 5), což jsou dlouhodobě nejčastější důvody ukončení služby.

Důvody ukončení	Počet
Přijetí do zařízení	5
Úmrtí uživatele	10
Nevyužití ss po dobu 40 dnů	4
Péči převzala rodina	2
Zajištění ss jinou organizací	0
Smlouva na dobu určitou	2
Nezabezpečení nezbytného rozsahu péče v domácnosti	0
Zlepšení nepříznivé sociální situace	1

Počet změn v jednotlivých měsících

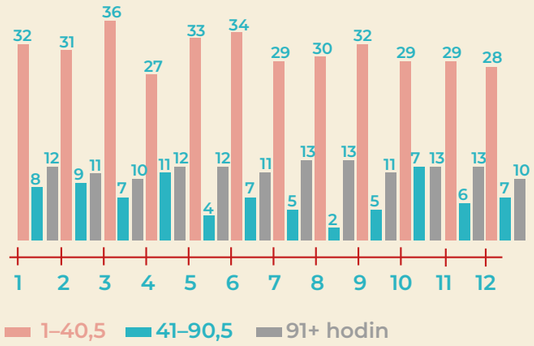
Vzhledem ke garantování zastupitelnosti asistentů, koordinátor každý měsíc provádí změny. Důvody změn mohou být onemocnění asistenta, zrušení asistencí ze strany klienta (např. z důvodu nemoci) nebo také navýšení počtu hodin asistence u klienta v průběhu daného měsíce.

Celkový počet změn za rok 2024: **1 734**
Nejvíce změn v měsíci: **leden**
Nejméně změn v měsíci: **srpen**



Rozdělení asistencí krátké, střední, dlouhé

Nejvíce asistencí máme tzv. „krátkých“, tedy do 40,5 hodiny za měsíc (červená barva). V grafech lze vidět, že poměr mezi „středně dlouhými“ asistencemi (41 – 90,5 hodiny, modrá barva) a „dlouhými“ asistencemi (nad 91 hodin, šedá barva) v prvních měsících není tolik markantní, ale v dalších je více „dlouhých“ asistencí. Ve všech měsících roku 2024 dokonce dlouhé asistence převýšily středně dlouhé. Což je změna oproti předešlým rokům. Klienti, kterým asistence poskytujeme dlouhodobě také v letošním roce navyšovali počet hodin z důvodu zhoršení svého zdravotního stavu, a z toho vyplývající zvýšeně potřebě podpory a pomoci při setrvání v domácím prostředí.

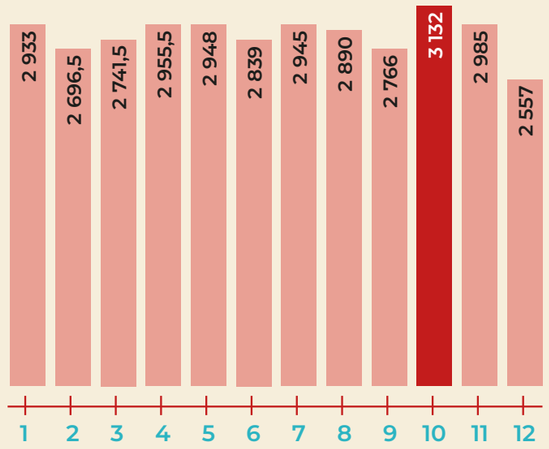


OSOBNÍ ASISTENCE

Počet uskutečněných hodin v jednotlivých měsících

Hned několik měsíců se blížilo k hodnotě 3000 hodin/měsíc. Někteří klienti využili více naši službu také v krátkém časovém úseku (např. pouze v rámci jednoho měsíce), kdy třeba rodinní příslušníci čerpali dovolenou nebo ze zdravotních důvodů nemohli pečovat tak, jak jsou zvyklí. Méně hodin asistence míváme každoročně v prosinci, kdy v průběhu vánočních svátků rodiny tráví více času péčí o své blízké a asistenci tolik nepotřebují.

K 1.9.2024 došlo ke změně Ceníků osobní asistence. Základní činnosti osobní asistence jsou účtovány a poskytovány hodinově za úhradu ve výši 160 Kč/hodina. V případě, že klient za měsíc vyčerpá 80 a více hodin, pak hradí 140 Kč/hodina.



Vzdělávání v roce 2024

Psychohygiena jako prevence syndromu vyhoření – kurzem nás provedla PhDr. Martina Brodská, se kterou jsme se věnovali syndromu vyhoření a která nám vysvětlila, jak jsou důležité sociální opory člověka, jak a kde je hledat a jak se naučit myslet sám na sebe a dala nám tipy k relaxaci.

Základy první pomoci se zaměřením na sociální služby – lektorkou tohoto kurzu byla Mgr. Linda Nykodýmová, která s námi zopakovala základy první pomoci a také jsme si během kurzu na modelu vyzkoušeli kardiopulmonální resuscitaci.

V rámci **interního vzdělávání** jsme se věnovali Standardům kvality č. 2 (Ochrana práv osob) a č. 14 (Nouzové a havarijní situace), zopakovali jsme si vnitřní pravidla služby osobní asistence s nově nastoupivšími jsme se naučili pracovat s kluznými podložkami, které slouží k bezpečnější manipulaci s klientem na lůžku.

OSOBNÍ ASISTENCE

Složení neformálně pečujících

Celkem 33 našich klientů žilo v roce 2024 v domácnosti samostatně. Jejich blízcí do domácností pouze pravidelně docházejí. Z tohoto počtu pak 1 klient rodinu nemá a 1 klient se s rodinou nestýká. Co se týče společného bydlení našich klientů se svými rodinnými příslušníky, pak s manželem/manželkou žilo 18 klientů, se svými dětmi 17 klientů, se svým rodičem 2 klienti a s vnukem 1 klient.

Sám	**33**
Manžel/manželka	**18**
Dcera/syn	**17**
Vnuk/vnučka	**1**
Matka	**2**
Zařízení	**1**

Sociální poradenství

V rámci základního sociálního poradenství se standardně nejvíce věnujeme tématu příspěvku na péči, a to jak získání příspěvku, tak jeho zvýšení, dále pak průkazu OZP a příspěvku na mobilitu.

V souvislosti se zajištěním bezpečnosti, jak klientů, tak osobních asistentů a zlepšení poskytované péče řešíme také zajištění kompenzačních pomůcek. Konkrétně pak na co mají klienti nárok, kde pomůcku mohou získat či kde si ji mohou zapůjčit. Nejčastěji se jedná o polohovací lůžka, nástavce na toaletu či toaletní křesla nebo pomůcky pro zlepšení mobility.

V neposlední řadě bylo v rámci poradenství řešeno předepisování domácí zdravotní péče od praktického lékaře, předání kontaktů na zajištění dovozu obědů či na využití pedikúry v domácnostech našich klientů, kteří si dané nejsou schopni obstarat samostatně.

Projekt První pomoc pečujícím

ČÍSLO PROJEKTU: CZ.03.02.02/00/22_014/0000441



STŘEDISKO PRO PEČUJÍCÍ

V rámci kalendářního roku 2024 (1. 1. – 31. 12. 2024):

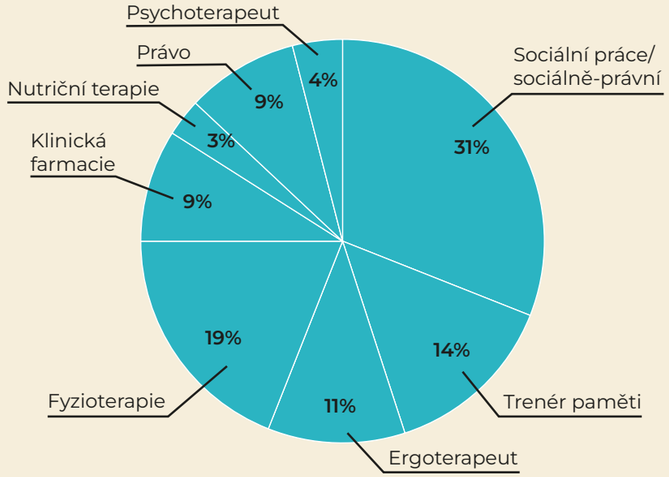
- V průběhu roku 2024 bylo celkem podpora poskytnuta **108 neformálně pečujícím**; z toho v průběhu roku do projektu bylo **přijato nově 80 neformálně pečujících osob** – z toho **17** (21,25 %) **mužů** a **63 žen** (78,75 %).
- Průměrný věk pečujících byl **58 let** a opečovávaných **81 let** (pečující se starají o manžela/manželku, otce/matku, či svého potomka).
- Byly realizovány **dva diseminační workshopy** a to na území Městské části Praha 6 a Praha 10; celkem se jich zúčastnilo **56 neformálně pečujících**.
- Rozložení neformálně pečujících podle trvalého bydliště – **nejvíce neformálně pečujících bylo z hl. města Prahy (59 osob; 73,8 %)** – a to z městské části Praha 6 (16 pečujících; 20%) a Praha 10 (8 pečujících; 10 %), dále také **ze Středočeského kraje (19 osob; 23,8 %)** – a to s největším zastoupením na území obecního úřadu obce s rozšířenou působností MÚ Černošice 9 osob (11,3 %).

80 neformálně pečujících osob:	
Ženy	63 / 78,75%
Muži	17 / 21,25%

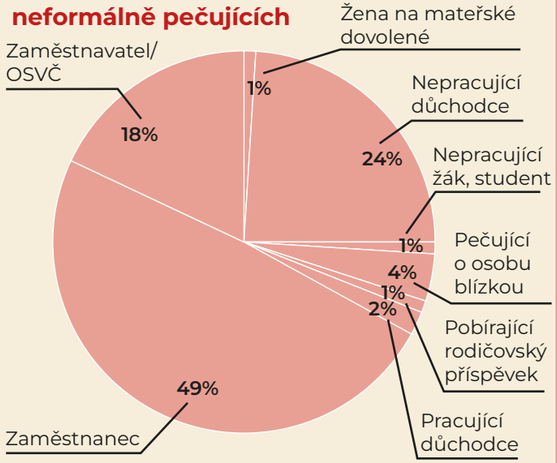
	Počet	% zastoupení
Hlavní město Praha	**59**	**73,8%**
Praha 1	1	1,3%
Praha 10	8	10,0%
Praha 11	3	3,8%
Praha 12	1	1,3%
Praha 14	2	2,5%
Praha 16	1	1,3%
Praha 17	2	2,5%
Praha 18	1	1,3%
Praha 2	3	3,8%
Praha 21	1	1,3%
Praha 4	4	5,0%
Praha 5	7	8,8%
Praha 6	16	20,0%
Praha 8	6	7,5%
Praha 9	3	3,8%
Kraj Vysočina	1	1,3%
Liberecký	1	1,3%
Středočeský kraj	19	23,8%
Celkem	**80**	**100,0%**

Využití jednotlivých odborníků z multidisciplinárního týmu

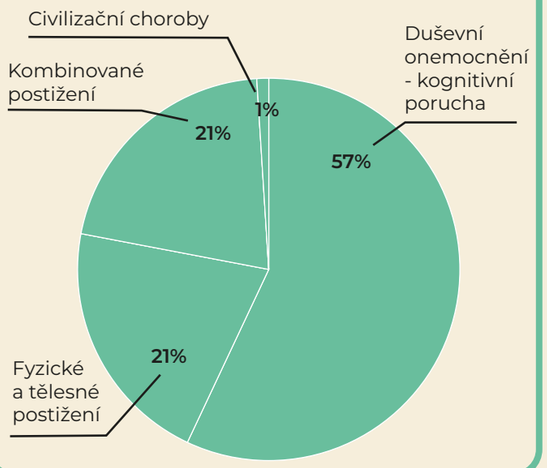
Rodinný průvodce a konzultant pro odlehčení péče byli zaměstnanci na pracovní smlouvy, kteří zajišťovali realizaci projektu a s tím spojenou podporu neformálně pečujících (v rámci 1,0 úvazku a 0,85 úvazku); Konzultant v rozsahu více jak 1.800 hodin a rodinný průvodce více jak 1.500 hodin. Tedy podpora ze strany těchto odborníků činila 3.300 hodin. Jsou tam jen odborníci multidisciplinárního týmu pracující na DPČ a právník na živnostenský list.



Ekonomická aktivita neformálně pečujících



Zdravotní postižení opečovávaných



STŘEDISKO PRO PEČUJÍCÍ

- Plán života ve zdraví byl zpracován u 13 neformálně pečujících. Plán pečující osobě individuálně předkládá možnosti, jak se svým zdravím co nejšetrněji nakládat a využít nejen preventivních a screeningových možností systému, ale i si uvědomovat své hranice a možnosti v dalších oblastech podpory svého zdravého životního stylu.
- Síť kombinované podpory byla zajištěna a služby počaly být využívány u 21 neformálně pečujících, u některých z nich byly zajištěny souhrnné až 4 služby; nejčastěji se jednalo o tyto:
  - 6x terénní sociální služba - osobní asistence
  - 6x pobytová služba sociální péče - domov se zvláštním režimem
  - 4x trénink paměti - individuální (profesionální trenér)
  - 3x pobytová služba sociální péče - odlehčovací služba
  - 2x služba sociální péče - tísňová péče
  - 2x ambulantní sociální služba - denní stacionář
  - 2x zařízení pro zajištění bezpečí v domácím prostředí s umělou inteligencí (Ehelper)

Podpora neformálně pečujících v rámci projektu Rodinného průvodce



RODINNÝ PRŮVODCE

V roce 2024 jsme realizovali projekt podpory neformálně pečujících osob, jehož cílem bylo nabídnout **komplexní a inovativní pomoc pečujícím, kteří dlouhodobě zajišťují péči o své blízké v domácím prostředí**. Projekt se zaměřil na osoby pečující o blízké starší 18 let, často v náročných a dlouhodobě neudržitelných podmínkách.

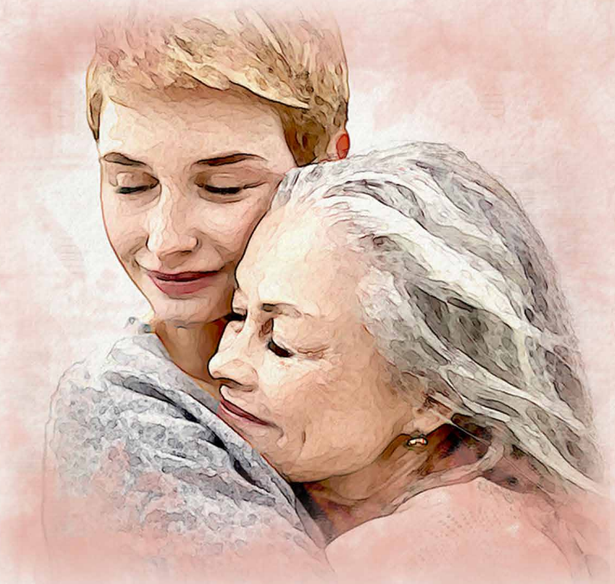
- Do projektu se **aktivně zapojilo 29 rodin**, z toho **10 rodin z MČ Praha 10**. Odborný tým tvořilo **11 zaměstnanců**, včetně Rodinného průvodce a členů multidisciplinárního týmu (sociálních pracovníků, psychologů, právníků, zdravotníků aj.).
- Každé zapojené rodině byl na základě prvotního šetření sestaven **Plán podpory**, který určoval konkrétní intervence a odborníky, jež se podíleli na řešení individuálních problémů dané domácnosti. **Rodinný průvodce byl klíčovou osobou**, která pečující doprovázela, směrovala a byla flexibilně k dispozici podle měnících se potřeb rodiny. Tato forma kontinuální podpory byla pečujícími hodnocena jako mimořádně přínosná.
- Součástí projektu bylo i **aktivní zapojení veřejnosti**. Ve spolupráci se sociálním odborem MČ Praha 10 jsme uspořádali úspěšný workshop, který přispěl ke zvýšení povědomí o možnostech podpory. **Celkově se do projektových aktivit zapojilo přes 40 osob z řad veřejnosti.**

Projekt přinesl významný přínos jak pro podporované rodiny, tak pro samotnou organizaci A DOMA z. s., která mohla díky němu **oslovit nové cílové skupiny a prohloubit spolupráci v rámci systému podpory pečujících.** Ukázalo se, že pečující oceňují především osobní přístup, odborné vedení a fakt, že mají k dispozici jednoho průvodce, který je jim dlouhodobě nablízku.

Projekt zároveň **naplnil cíle Strategického plánu rozvoje MČ Praha 10 pro období 2020–2030**, zejména v oblasti podpory neformálně pečujících, prevence přepečovávání a udržitelnosti domácí péče.

Projekt otevřel cestu i k **dalším navazujícím aktivitám**, které rozšiřují naši pomoc za hranice sociálních služeb – např. spolupráce s realitními a stavebními firmami, zdravotníky, zavádění asistivních technologií či využívání AI. Významnou součástí podpory je také **Středisko pro pečující**, které společně s osobní asistencí tvoří komplexní a funkční systém pro pomoc rodinám v krizové či přetěžující situaci.

Podpora pečujících na Praze 2



RODINNÝ PRŮVODCE A MULTIDISCIPLINÁRNÍ TÝM

Dotační podpora: MČ Praha 2 (sociálně-zdravotní oblast)

Realizace: 2024

Cílová skupina: Neformálně pečující o osoby nad 18 let s trvalým pobytem v MČ Praha 2

Projekt podpořil **3 rodiny**, celkem **4 hlavní pečující osoby** (3 muži, 1 žena) a **7 opečovávaných osob** s kognitivními, pohybovými, kardiovaskulárními a onkologickými diagnózami. Do podpory byli zapojeni také **4 vedlejší pečující**.

Podpora zahrnovala:

- zjištění potřeb pečujících a zpracování **Plánu podpory** Rodinným průvodcem,
- spolupráci s odborníky (sociální pracovník, trenér paměti, nutriční terapeut),
- provázání systému zdravotní a sociální péče v domácím prostředí,
- edukaci o dávkách, službách a praktickou pomoc s jejich nastavením.

Výsledky a přínosy:

- zvýšení informovanosti a praktických dovedností pečujících,
- posílení soběstačnosti rodin při péči o blízké,
- využití kombinovaných služeb (terénní, pobytové, AI asistence),
- anonymizovaná data o potřebách rodin využitelná pro plánování služeb na Praze 2.

Projekt byl propagován na webu, workshopech pro pečující a prostřednictvím informačního letáku s poděkováním MČ Praha 2 za finanční podporu.

Komplexní podpora pečujících



RODINNÝ PRŮVODCE A MULTIDISCIPLINÁRNÍ TÝM

Dotační program: Sociální a sociálně-zdravotní oblast

Realizace: 2024 | Podpora: MČ Praha 6 | Realizátor: A DOMA z. s.

Cílová skupina: Neformálně pečující o osoby 18+ z MČ Praha 6

Výstupy projektu:

- **6 rodin** zapojených, celkem **11 neformálně pečujících** (6 hlavních, 5 vedlejších)
- **7 opečovávaných osob** – senioři s demencí a dalšími zdravotními problémy
- **4 pečující osoby byly zaměstnané**, 1 v průběhu vstoupila do důchodu
- **5 vedlejších pečujících** bylo zaměstnáno (věk 45–60 let)

Podpora zahrnovala:

- Sestavení individuálních **Plánů podpory** Rodinným průvodcem
- Zapojení **multidisciplinárního týmu**: ergoterapeut, psychoterapeut, trenér paměti, právník, sociální pracovník, klinický farmaceut
- Intervence v oblasti: zdravotní stav, soběstačnost, právní zastupování, dávky, nastavení služeb
- Doporučení a pomoc s využitím terénních a pobytových služeb
- Využití asistivních technologií v domácnosti (AI monitoring)

Výsledky a přínosy:

- **Komplexní a cílená podpora** pečujících v náročné životní situaci
- **Zlepšení soběstačnosti rodin**, posílení kompetencí a schopností péči zvládat
- **Propojení sociálního a zdravotního systému** v domácím prostředí
- **Podpora kombinace služeb** – osobní asistence, domácí péče, stacionář
- **Anonymizovaná data** využitelná pro plánování služeb v MČ Praha 6

Pečující byli osloveni na workshopech A DOMA z. s. pořádaných v MČ Praha 6 nebo na základě doporučení.

O projektu jsme informovali na webu www.a-doma.cz a v rámci workshopů pro pečující. Všichni zapojení byli informováni o finanční podpoře MČ Praha 6.

OZVĚNY PODPORY NEFORMÁLNĚ PEČUJÍCÍMI

Jsem naprosto spokojená se službou A doma. proto jí využívám k péči o maminku tolik let. Asistenky jsou v naprosté většině velmi milé, ochotné a samy přicházejí s iniciativou a nápady, jak je možno poskytnout mamince lepší péči.

Ing. Romana Přidalová
dcera kl. p. Hlavínové

Vážení asistenti,

děkuji za celou naši rodinu za vaše služby a aktivity s mou maminkou Jiřinou Trčkovou. Odvedli jste dobrou práci a umožnili jí fajn společenský kontakt v časech, kdy jsme byli se synem ve školách... nebo já v lázních.

Mimořádně operativní a příjemná komunikace s paní koordinátorkou. Oceňuji také pomoc spolupracovníků organizace v rámci projektu na podporu pečujících rodin. Komunikace asistentů je také moc fajn. Jsme spokojeni.

Mgr. Dana Benešová Trčková
dcera kl. p. Trčkové

Za vše děkuji - za perfektní komunikaci s kanceláří i za trpělivost a práci asistentek.

Dana Přibylová
dcera kl. p. Springrové

Jsem moc ráda že A doma existuje. Osobní asistentky pomohly již mému zemřelému manželovi a druhým rokem pomáhají mně. Vycházky s paní Vlastou jsou pro mne jako živá voda, vrací mne do dob mládí. S doprovodem k lékaři na delší vzdálenost mám jistotu, že vše bude ok. Oceňuji pomoc s drobnými nákupy, osobní hygienou, laskavý přístup ..... Děkuji, děkuji, děkuji

Jaroslava Kosková
klientka

OZVĚNY PODPORY NEFORMÁLNĚ PEČUJÍCÍMI

Chtěla bych Vám a všem kolegům poděkovat za Vaši dosavadní pomoc při péči o maminku, s kterými jsem byla velmi spokojena.

Renata Pidrmanová
dcera býv. klientky p. Brožové

Během mé nepřítomnosti v České republice mi tým A DOMA významně pomohl s péčí o moji maminku, paní Věru Holečkovou. Zajistili pravidelnou osobní asistenci – včetně návštěv, zjišťování zdravotního stavu, doprovodu na obědy a vycházek, nákupů i detailního informování o jejím stavu. Služba byla zajištěna profesionálně, s lidským přístupem a důsledností, kterou velmi oceňuji.

Významnou oporu jsem našel také při hledání vhodného pobytového zařízení. Díky A DOMA jsme navázali kontakt se sociálním odborem hl. m. Prahy a podařilo se zajistit přijetí do Alzheimer home v Průhonicích. Tým mi pomohl i s přípravou samotného přesunu.

V neposlední řadě pro mě byla klíčová právní podpora. Maminka byla i přes pokročilé stadium Alzheimerovy nemoci stále právně svéprávná, což vyžadovalo rychlé právní kroky, aby bylo možné zajistit její umístění a správu finančních prostředků v souladu se zákonem. Díky týmu A DOMA se podařilo včas ustanovit zákonného opatrovníka a zvládnout celý proces tak, aby odpovídal jak mým potřebám, tak ochraně práv mé maminky.

Bez pomoci A DOMA bych tuto složitou situaci pravděpodobně nezvládl. Děkuji celému týmu za jejich vstřícnost, odbornost a podporu v náročném období.

Martin Holeček
syn paní Věry Holečkové

Rád bych Vám chtěl poděkovat za péči o maminku, a to i za ní, moc jste nám pomohli v nelehké situaci. Bohužel už se domů nevrátí, dnes je převážena do hospicu. Vyřiďte prosím poděkování i kolegyním, které mamince pomáhaly.

Michal Vodrážka
syn býv. kl. p. Vodrážkové

OZVĚNY PODPORY NEFORMÁLNĚ PEČUJÍCÍMI

Když se stav maminky začal zhoršovat, byly jsme s mojí sestrou zaskočené a nevěděly, kde začít. Díky prezentaci A DOMA jsme objevily tým, který nám otevřel oči i cestu.

Velmi oceňuji systematičnost přístupu – dostávaly jsme odpovědi i na otázky, které jsme si ještě nestačily položit. Pomoc jsme dostaly v oblastech, o kterých jsme dřív neměly představu – od právního poradenství přes klinického farmaceuta až po psycholožku. Líbilo se mi, že jsme měly možnost postupovat krok za krokem, podle priorit.

Zvláštní poděkování patří panu Machovi – sociální a právní informace, které nám poskytl, by si zasloužily vlastní příručku. Také komunikace týmu byla výborná – někteří odborníci se sami ozvali s doplněním a upřesněním.

Díky A DOMA jsme na začátku péče nestály samy. Dnes sice nemáme všechny kroky za sebou, ale máme podporu, podněty i nástroje, jak postupovat dál. Ještě jednou z celého srdce děkuji.

paní Virtová
pečující o maminku

OZVĚNY PODPORY NEFORMÁLNĚ PEČUJÍCÍMI

Na začátku roku jsem se obrátila na společnost A DOMA s prosbou o podporu při péči o moji maminku, paní Vlastu Bartošovou. Už při prvním setkání s rodinnou průvodkyní paní Lucií Pomikáčkovou jsem pocítila velkou úlevu. Společně jsme vytvořily individuální plán pomoci a A DOMA nám nabídlo konkrétní podporu od specialistů různých oborů.

- *Ergoterapeutka Terezie Macků-Šolc navrhla praktické pomůcky a provedla hodnocení samostatnosti pomocí standardizovaných metod (Barthelův test, IADL).*
- *Fyzioterapeutka Kateřina Trejbalová nás naučila jednoduché cviky pro udržení mobility. Maminka později onemocněla, ale přístup a rady paní Trejbalové byly velmi přínosné.*
- *Trenér paměti Ondřej Klus si získal maminku svou trpělivostí a empatií – na každé setkání se těšila a práce s pamětí jí přinášela radost.*
- *Sociálně právní poradenství poskytl Petr Mach. Byly to jasné a srozumitelné právní rady, zejména v otázkách příspěvků na péči a právního zastupování.*
- *Konzultant J. Růžička nám pomohl zorientovat se v nabídce pobytových zařízení a dostupné dopravě – velmi oceňuji jeho praktický přístup.*
- *Klinická farmaceutka PharmDr. Jana Křížková nám pomohla s revizí léků, které maminka užívala. Díky jejím doporučením došlo ke zlepšení zdravotního stavu.*

Velmi si vážím toho, že jsme dostali pomoc komplexní, koordinovanou a cílenou na naše potřeby – vše na jednom místě, bez složitého hledání a zařizování. Všichni odborníci byli nejen vysoce profesionální, ale především lidsky vstřícní a ochotní. Díky jejich podpoře jsme mohli mamince zajistit kvalitnější péči i důstojné podmínky v domácím prostředí.

paní Vlasta Vodičková
pečující o maminku

… z médií o A Doma

NOVÁ VEČERNÍ PRAHA
Noviny pro Prahu a Střední Čech

PREVIOUS STORY
Bezpečně na kole: Jak předejít úrazům u dětí?

ZPRÁVY Z DOMOVA



Pečujícím osobám pomůže specialista Rodinný průvodce 9.6.2024
Pokud jde o péči o nemohoucí nebo jinak potřebné osoby mimo pobytová zařízení, stát […]



Bezpečně na kole: Jak předejít úrazům u dětí? 9.6.2024
Cyklistika je pro děti skvělým sportem. Umožňuje jim rozvíjet motoriku, kondici a smysl […]



Máj Národní otevře rooftop restauraci a bar Fly Vista s nejvýše položenou terasou v centru města 9.6.2024
Máj Národní, moderní centrum zábavy, her a zážitků, se Pražanům a návštěvníkům metropole […]

POČASÍ



DENNÍ HOROSKOP



Astrologova neděle 9.6.2024 – Volnost i nucení
Luna v polosextilu se Sluncem umí za nás rozběhnout události, většinou ty osobní a […]

CESTOVÁNÍ



Novogotická Varna představuje srdce PORT 1560, vaří zde pivo

Z DOMOVA

Pečujícím osobám pomůže specialista Rodinný průvodce

BY REDAKCE - 9.6.2024

Pokud jde o péči o nemohoucí nebo jinak potřebné osoby mimo pobytová zařízení, stát spoléhá na neformálně pečující, kteří vůči svým blízkým pociťují morální povinnost a jsou odhodláni se o ně postarat, co nejdéle to je možné. Aby opečovávaní mohli zůstat v domácím prostředí, je ale potřeba mít dostatečné kapacity v terénních sociálních službách. V případech, kdy už není možné péči realizovat v domácím prostředí, je nezbytné mít kapacity v odlehčovacích nebo pobytových zařízeních. Na samotné neformálně pečující se přitom často zapomíná.



Neformálně pečující osoby se v systému zpravidla neorientují a tato situace pro ně může být nesmírně stresující a matoucí. Obětavě se starají o své blízké a nemají dostatek informací ani přehled o tom, jaký druh podpory a pomoci mohou očekávat od státu a o co se musí postarat sami. Vyplývá to ze zkušeností organizace A DOMA, z. s., která se podpoře pro neformálně pečující osoby dlouhodobě věnuje. Ty se kvůli domácí péči často dostávají na pokraj vlastních sil.

Je současný systém podpory neformálních pečujících nastaven tak, aby pečujícím skutečně pomohl?

Do Střediska pro pečující zřizovaného organizací A DOMA přicházejí pečující například s následujícím sdělením: *„Obecných informací máme spoustu, zásobují nás jimi různí sociální pracovníci. Namísto konkrétní pomoci se zajištěním péče (sehnat pečovatelku či najít volné místo v domově pro seniory) ale spočívá aktivita těchto sociálních pracovnic pouze v rozesílání e-mailů s kontakty na poskytovatele péče, kteří žádnou péči poskytnout de facto nemohou, anebo s kontakty na domovy pro seniory, kde zpravidla není žádné volné místo. Tudíž tato spousta obecných informací o možnostech péče pro nás ve finále neznamená téměř žádnou pomoc, pouze vynakládáme energii bez jakéhokoliv výsledku.“*



Připravte se na důchod

S odchodem ze zaměstnání a nástupem do důchodu se život hodně změní. Může ubýt množství každodenních aktivit i kontaktů s lidmi. Méně povinností a jiný životní styl může být demotivující a člověk se mnohdy cítí osaměle a zbytečně. Jak se dobře připravit na důchod?

Začněte si především hledat nové zájmy a koníčky, využijte smysluplně čas, který máte jen pro sebe. Mnoho lidí zjistí, že se chtěli věnovat aktivitám, na které ale neměli čas, jako jsou třeba uspořádání starých fotografií, práce na zahradě, modelářství, cestování nebo čtení knih. „Stárnutí populace je celospolečenský problém, délka dožití se sice dlouhodobě prodlužuje, ale život ve zdraví v ČR je pouze kolem 62 let. V našem Středisku pro pečující se však setkáváme s klienty, kteří odcházejí do důchodu, aby se postarali o své rodiče. Péči věnují hodně času, upozadují své koníčky a přátele. Nemají čas na nic jiného a nevěnují pozornost svému zdraví. Stává se, že po skončení pečování jsou oni sami našimi klienty, o které pečujeme,“ říká Jitka Zachariášová, ředitelka organizace A DOMA, z. s., která se věnuje pomoci pečujícím osobám.

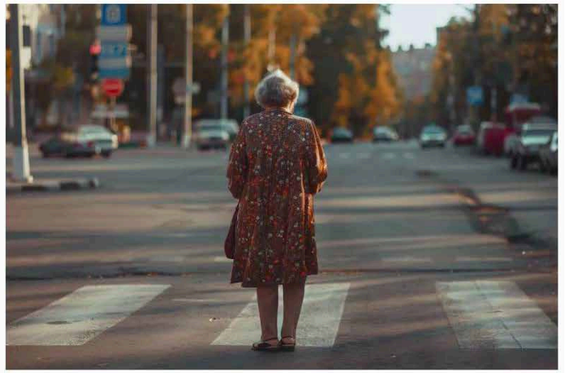
ŽENA-IN

CESTOVÁNÍ | DOMÁCNOST | HOROSKOPY A MAGIE | KRÁSA A MÓDA
TESTY | VAŘENÍ | VZTAHY | ZDRAVÍ | SOUTĚŽE | DISKUZE | KV
VĚRNOSTNÍ KLUB

Strašák jménem demence – Ize jí předcházet, jak ji poznat a včas řešit?

V České republice žije v současné době kolem sto padesáti tisíc osob trpících nějakou formou demence. Pro srovnání je to stejný počet lidí, jako má páté největší město České republiky Plzeň. Více než polovina z nich se přitom potýká s Alzheimerovou chorobou. V roce 2050 by se počet pacientů s nějakou formou demence mohl kvůli změně věkové struktury obyvatelstva přiblížit až třem stům tisícům osob.

Alzheimerova choroba je neurodegenerativní onemocnění, které představuje nejčastější formu demence. Tento zdravotní stav je charakterizován postupným neúprosným úbytkem kognitivních funkcí, což zásadně ovlivňuje schopnost jedince vykonávat každodenní aktivity. Počty osob trpících touto chorobou se zvyšují a zároveň se snižuje věk nemocných, často jsou to lidé v produktivním věku. Rodinní příslušníci si bohužel často nepřipouštějí, že jejich blízká osoba začíná nějakou formou demence trpět, a nevědí, jak o tyto osoby správně pečovat, vyplývá to ze zkušeností organizace A DOMA, z. s., jež se podpoře pečujících osob dlouhodobě věnuje.



„Do našeho Střediska pro pečující přicházejí rodinní příslušníci, kteří oznamují: Tatínkovi hlava funguje dobře, jen si občas nedokáže na něco vzpomenout, občas založí klíče a pak je všichni hledáme. V naší organizaci jsme se již v roce 2018 nechali inspirovat jednoduchými testy Mini Cog, abychom při návštěvách v domácnosti pečujícím ukázali, že je potřeba upozornit praktického lékaře na počínající kognitivní problém. Klientům doporučujeme i vhodnou aktivizaci, již navrhne trenér paměti,‘ doplňuje **Jitka Zachariášová, zakladatelka a ředitelka organizace A DOMA, z. s., a autorka metodiky Rodinného průvodce®.**

BLESK.CZ

Čtvrtek 28. března 2024 | Svátek slaví Soňa, zítra je Velký pátek / Taťána

Menu | Celebrity | Zprávy | Politika | Hráči | Krimi | Sport | Fotbal | Pro ženy | Horoskopy

BLESK.CZ ZPRÁVY

Politika | Události | Svět | Epicentrum | Počasí | Krimi

Titulní strana › Zprávy › Epicentrum › Experti: Každý pátý Čech o někoho pečuje, kapacity v péči o seniory zoufale chybí

Nejčtenější na Blesk.cz



Anička Slováčková bojuje s rakovinou: Výsledky poslední kontroly!



Uniklo z příprav nové řady StarDance: První hvězda je Vondráčková! Nabídku přijala, ale…



Český dobrovolník Tomáš zemřel v boji u ukrajinské Avdijivky: Malý syn přišel kvůli válce o tátu

Experti: Každý pátý Čech o někoho pečuje, kapacity v péči o seniory zoufale chybí



Autor: Pavlína Horáková - 28. března 2024 • 05:50

Každý pátý pracující v Česku o někoho pečuje. Ke konci století bude až třetina obyvatel starší 65 let a nejen v české stárnoucí generaci přirozeně přibývá seniorů potýkajících se s demencí. Jak je to s kapacitami péče, jaké možnosti finanční pomoci pečující mají a v čem nejčastěji chybují? Nejen tyto otázky v Epicentru Blesk Zpráv zodpověděla ředitelka neziskové organizace A DOMA Jitka Zachariášová a lékař a výzkumný a vývojový pracovník Národního ústavu duševního zdraví, Matěj Kučera.

„Většinou to chodí tak, že rodina vezme telefon, když zjistí, že už péči o blízkého nezvládají, **začnou obvolávat různé terénní služby a většinou se dozví, že není volná kapacita,**“ popsala Jitka Zachariášová, ředitelka neziskové organizace A DOMA, začátek cesty mnoha rodin pečujících o blízké s demencí.

Public relations aktivity v roce 2024



PUBLIC RELATIONS AKTIVITY V ROCE 2024

V roce 2024 jsme v organizaci A DOMA, z. s. intenzivně pracovali na **posilování povědomí o důležitosti péče o seniory, osoby se zdravotním postižením a jejich pečující**. Public relations aktivity hrály klíčovou roli při šíření našeho poslání a oslovování široké veřejnosti, odborníků i médií. Hlavním cílem bylo upozornit na aktuální problémy a výzvy, kterým čelí nejen naši klienti, ale i pečující osoby a jejich zaměstnavatelé.

Jedním z klíčových nástrojů byly **tiskové zprávy**, prostřednictvím kterých jsme informovali o aktuálních tématech a projektech. V roce 2024 jsme vydali několik významných zpráv, které se zaměřovaly na problematiku péče i na osvětu v oblasti duševního zdraví a sociálních problémů.

Přehled vydaných tiskových zpráv v roce 2024:

- Neformálně pečující zaměstnanci nemají od zaměstnavatelů dostatečnou podporu
- 21. září je světovým dnem Alzheimerovy choroby
- Strašák jménem demence – lze jí předcházet, jak ji poznat a včas řešit?
- Pečujícím osobám pomůže Rodinný průvodce
- Příprava na důchod: psychická výzva, kterou Češi často ignorují
- OSVČ, pozor: zdravotní problémy jako časovaná bomba!
- Zaměstnavatelé podceňují benefity pro pečující zaměstnance

Tyto tiskové zprávy byly publikovány v lifestylových a odborných médiích, která pomohla šířit jejich dosah. Díky spolupráci s novináři a odbornou veřejností jsme dosáhli mediálního pokrytí a opětovně posílili povědomí o problematice pečujících osob.

Kromě tiskových zpráv jsme realizovali také další PR aktivity, jako byly **tematické semináře**, **přednášky a workshopy**. Tyto iniciativy nám umožnily přímo oslovit naši cílovou skupinu klientů a poskytnout jim praktické informace a podporu.

Velmi si ceníme pozvání do **Blesk TV do pořadu Epicentrum**, kde spolu s paní ředitelkou organizace A DOMA, z. s. Jitkou Zachariášovou vystoupil také MUDr. Matěj Kučera.

Public relations aktivity roku 2024 byly významným nástrojem k šíření našeho poslání a posilování povědomí o důležitosti péče v domácím prostředí.

VÝKAZ ZISKU A ZTRÁTY pro nevýdělečné organizace

v plném rozsahu
ke dni: 31.12.2024
(v celých tisících Kč)
IČ: 27053679

Dle vyhlášky č. 504/2002 Sb.
Sestaveno dne: 15.9.2025
Právní forma účetní jednotky: spolek
Předmět podnikání účetní jednotky: Pobytové služby sociální péče

Název a sídlo účetní jednotky
A DOMA zapsaný spolek
Na Strži 1683
Praha 4
14000

Označení a	NÁKLADY b	Číslo řádku c	Činnost hlavní 1	Činnost hospodářská 2	Činnost celkem 3
A.I.	**Spotřebované nákupy a nakupované služby (součet A.I.1. až A.I.6.)**	**01**	2 027	-	2 027
1.	Spotřeba materiálu, energie a ostatních neskladovaných dodávek	02	251	-	251
3.	Opravy a udržování	04	41	-	41
4.	Náklady na cestovné	05	57	-	57
5.	Náklady na reprezentaci	06	35	-	35
6.	Ostatní služby	07	1 643	-	1 643
A.III.	**Osobní náklady (součet A.III.10. až A.III.14.)**	**12**	21 666	-	21 666
10.	Mzdové náklady	13	15 978	-	15 978
11.	Zákonné sociální pojištění	14	5 201	-	5 201
13.	Zákonné sociální náklady	16	487	-	487
A.IV.	**Daně a poplatky (A.IV.15.)**	**18**	3	-	3
15.	Daně a poplatky	19	3	-	3
A.V.	**Ostatní náklady (součet A.V.16. až A.V.22.)**	**20**	96	-	96
22.	Jiné ostatní náklady	27	96	-	96
A.VI.	**Odpisy, prodaný majetek, tvorba a použití rezerv a opravných položek (součet A.VI.23. až A.I.27.)**	**28**	4	-	4
23.	Odpisy dlouhodobého majetku	29	4	-	4
	NÁKLADY CELKEM (A.I. + A.II. + A.III. + A.IV. + A.V. + A.VI. + A.VII. + A.VIII.)	**38**	23 796	-	23 796

Označení a	VÝNOSY b	Číslo řádku c	Činnost hlavní 1	Činnost hospodářská 2	Činnost celkem 3
B.I.	**Provozní dotace (B.I.1.)**	**39**	19 528	-	19 528
1.	Provozní dotace	40	19 528	-	19 528
B.II.	**Přijaté příspěvky (součet B.II.2. až B.II.4.)**	**41**	99	-	99
3.	Přijaté příspěvky (dary)	43	99	-	99
B.III.	**Tržby za vlastní výkony a za zboží**	**45**	4 877	-	4 877
	VÝNOSY CELKEM (B.I. + B.II. + B.III. + B.IV. + B.V.)	**59**	24 504	-	24 504
C.	**Výsledek hospodaření před zdaněním**	**60**	708	-	708
D.	**Výsledek hospodaření po zdanění**	**61**	708	-	708

Označení a	VÝNOSY b	Číslo řádku c	Činnost hlavní 1	Činnost hospodářská 2	Činnost celkem 3

Osoba odpovědná za účetnictví (jméno a podpis) Martin Zachariáš	Podpisový záznam statutárního orgánu účetní jednotky nebo podpisový záznam fyzické osoby, která je účetní jednotkou
Osoba odpovědná za účetní závěrku (jméno a podpis) - Tel.: - Linka: -	

FINANČNÍ UKAZATELE

ROZVAHA pro nevýdělečné organizace

ve zkráceném rozsahu
ke dni: 31.12.2024
(v celých tisících Kč)
IČ: 27053679

Dle vyhlášky č. 504/2002 Sb.
Sestaveno dne: 15.9.2025
Právní forma účetní jednotky: zapsaný spolek
Předmět podnikání účetní jednotky: Pečovatelská služba

Název a sídlo účetní jednotky
A DOMA zapsaný spolek
Na Strži 1683
Praha 4
14000

Označení a	AKTIVA b	Číslo řádku c	Stav k prvnímu dni účet. období 1	Stav k poslednímu dni úč. období 2
A.	**Dlouhodobý majetek celkem (A.I. + A.II. + A.III. + A.IV.)**	**01**	50	46
A.I.	Dlouhodobý nehmotný majetek celkem	02	0	-
A.II.	Dlouhodobý hmotný majetek celkem	10	233	233
A.III.	Dlouhodobý finanční majetek celkem	21	0	0
A.IV.	Oprávky k dlouhodob. majetku celkem	28	-183	-187
B.	**Krátkodobý majetek celkem (B.I. + B.II. + B.III. + B.IV.)**	**40**	6 043	5 816
B.I.	Zásoby celkem	41	0	0
B.II.	Pohledávky celkem	51	441	448
B.III.	Krátkodobý finanční majetek celkem	71	5 602	5 368
B.IV.	Jiná aktiva celkem	79	0	-
	AKTIVA CELKEM (A. + B.)	**82**	6 093	5 862

Označení a	PASIVA b	Číslo řádku c	Stav k prvnímu dni účet. období 3	Stav k poslednímu dni úč. období 4
A.	**Vlastní zdroje celkem (A.I. + A.II.)**	**01**	1 744	2 452
A.I.	Jmění celkem	02	1 740	1 744
A.II.	Výsledek hospodaření celkem	06	4	708
B.	**Cizí zdroje celkem (B.I. + B.II. + B.III. + B.IV.)**	**10**	4 349	3 410
B.I.	Rezervy celkem	11	0	-
B.II.	Dlouhodobé závazky celkem	13	0	0
B.III.	Krátkodobé závazky celkem	21	2 487	2 053
B.IV.	Jiná pasiva celkem	45	1 862	1 357
	PASIVA CELKEM (A. + B.)	**48**	6 093	5 862

Osoba odpovědná za účetnictví (jméno a podpis) Martin Zachariáš	Podpisový záznam statutárního orgánu účetní jednotky nebo podpisový záznam fyzické osoby, která je účetní jednotkou
Osoba odpovědná za účetní závěrku (jméno a podpis) Martin Zachariáš Tel.: - Linka: -	

A DOMA z. s.
Na Strži 1683/40
140 00 Praha 4

IČ: 27053679

tel: 733 194 952
info@a-doma.cz

a-doma.cz

A DOMA